Kişisel Dönüşüm

Bilinç Okyanusunda Gezinmek

Martin Euser

Giriiş

Çağlar boyunca pek çok bilge erkek ve kadın, içinde yaşadığımız evreni ve insan aklının nasıl çalıştığını bize anlatmıştır.
Bu bilgeliğin çoğu mevcut insanlık tarafından unutuldu.
Neyse ki, bazı kişi ve kuruluşlar sözde bilgelik geleneklerinde bu bilgeliğin bir kısmını korumuştur.
Bu bilgelikle gelen zihin berraklığı kendinizi iyileştirmenize yardımcı olabilir ve aynı zamanda insanoğlunun kaotik dünyasının iyileşmesine de katkıda bulunacaktır. Bu kitapçığın ve diğer yazılarımın asıl amacı budur.

Amacım bu bilgeliğin bir kısmını sizlere sunmak,
ilgilenen okuyucu.

"Şişmiş ego" dönemi hızla sona eriyor. Dünyada yaklaşan kaosta işbirliğine şiddetle ihtiyaç duyulacak.

Haydi başlayalım.
Not: aksi belirtilmedikçe metindeki alıntılar en son e-kitabımdandır.
E-posta adresim de orada mevcuttur.

İçerik dizini

Bilinç ve zihin hakkında

Algı ve inançlar

Duygu ve düşüncelerin gönderme/alma istasyonu olarak zihin

Düşünce, eylem ve alışkanlıklar

Düşünme süreci

Stoacılık

Düşünce modelini değiştirmek

Hayal gücünün ve yüce arzuların kullanımı

Tanılama

Bazı egzersizler

Diğer referanslar

Bilinç ve zihin hakkında

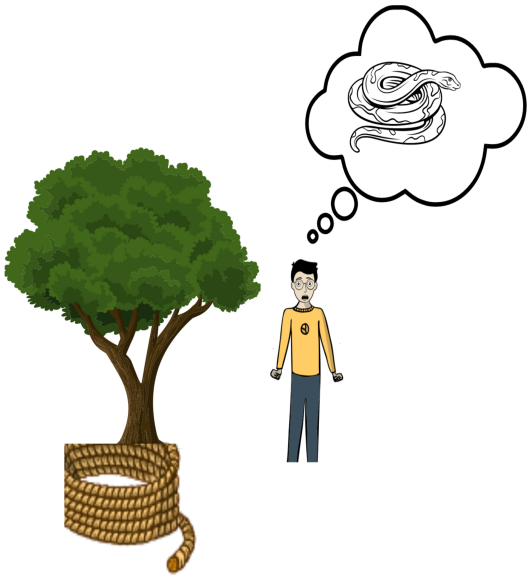
Bu kitapçıkta kısaca insan zihninin güçlerine değineceğim. Ücretsiz e-kitabımda daha ayrıntılı olarak açıkladığım gibi, insanoğlunda şu anda akademik dünyada kabul edilenden çok daha fazlası var. Giderek daha fazla filozof, bilincin evrenin temel bir parçası olduğu görüşünü benimsiyor. Gerçekten de tüm doğayı birbirine bağlayan bir tür **Enerji** alanı var gibi görünüyor.
Materyalist bilim, ölüme yakın deneyimler, telepati vb. gibi yaşamın pek çok olgusunu açıklayamıyor.
Bilgelik gelenekleri, yukarıda bahsedilen Enerji alanına hayat ve madde atfeder. Bu konuda daha fazla bilgiyi "Aşkınlığı Yeniden Keşfetmek" kitabımın birinci ve ikinci bölümlerinde bulabilirsiniz.

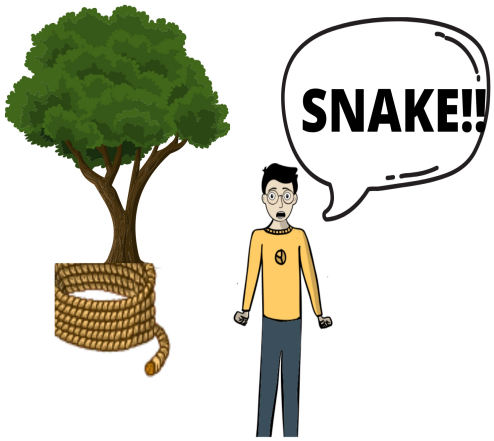
Şimdi öz-bilinçli zihnin bazı yönlerine bir göz atalım.

Algı ve inançlar

Bir sonraki karikatür insan algısıyla ilgili derin bir gerçeği tasvir ediyor: *Bir kişinin algısı, inançları tarafından renklendirilir*.

İp ile yılanın hikayesi
(Çizgi film kaynağı: Youtube sayfam)




SNAKE!!

HUH??

Its a
rope!!

(açık fikirli misiniz?)

Algı, inanç ve duyguyla renklenir.

İnançlar kişinin bilinci üzerinde bir filtre görevi görerek farkındalığımızdan pek çok değerli bilgiyi engeller.

Bu nedenle inançlarınızı ve değerlerinizi dikkatlice inceleyin. Toplum, eğitim, iş ve ilişkiler hakkındaki fikirlerinizi nereden aldınız? Medyadan mı? Okuldan? Ailenizden mi yoksa arkadaşlarınızdan mı?

Değerler düşünce ve inançlarımızda bize rehberlik eder

"Değerlerin hayatımız üzerinde büyük bir etkiye sahip olması pek de sürpriz olmayacaktır. Sonuçta değerler, başarının önemi, iyi ilişkiler kurma, para kazanma, karşı cinse çekici görünme gibi konularda olduğu kadar etik konularda, ahlaki kararlarda ve erdem geliştirmede de farklı bir rol oynuyor."

“İnsan eşyalara, kişilere, başarılara değer verir. İnanç sistemimizden süzülen duyu izlenimlerimize anlam veriyoruz.”

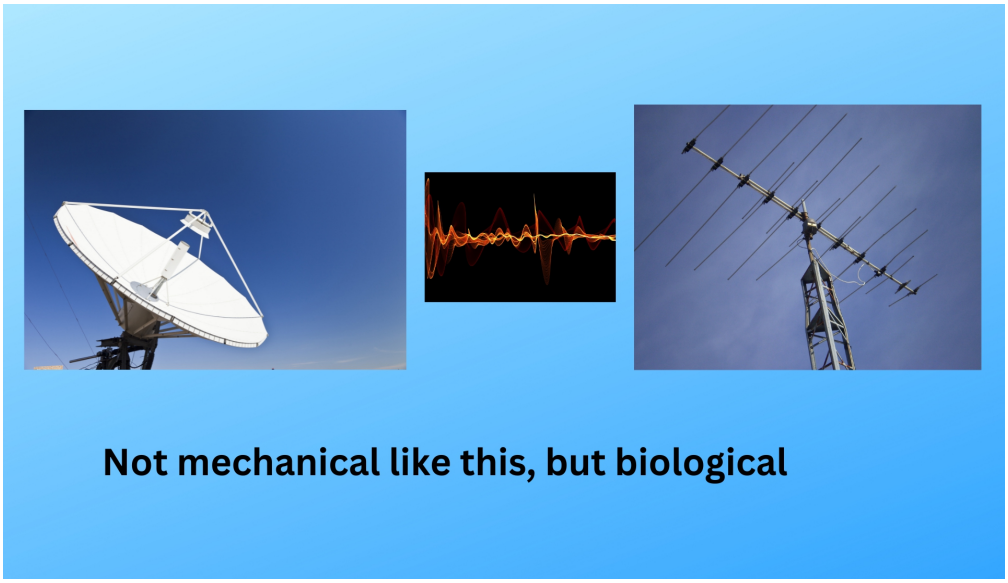
Dolayısıyla insanlar nadiren dünyayı olduğu gibi algılarlar. Sanki bir perdenin, bir sisin arkasından bakıyoruz. Bu konuda bir şeyler yapabilir miyiz?

Evet, daha iyi bir iş yapmayı öğrenebiliriz. Bu kitapçığın bundan sonraki bölümleri bu perdenin ucunu kaldırmaya ayrılmıştır. Bununla ilgili daha fazla bilgiyi ücretsiz e-kitabımda bulabilirsiniz.

Duygu ve düşüncelerin gönderme/alma istasyonu olarak zihin

İnsan zihni düşüncelerin gönderildiği ve alındığı bir istasyon olarak görülebilir.

.



Görüyorsunuz, düşünceler çok tuhaf “şeylerdir”.

Bunu düşün:

. İnsanlar düşüncelere takıntılı olabilir

. Düşünceler çok enerjik olabilir, duygu yüklü hale gelebilir

. Düşünceler çoğalabilir veya 'üreyebilir' (bazen buna 'mem' de denir; kontrol edilemeyen bir yangın gibi yayılan fikirler)

. Propaganda ve reklamların çoğu zaman insanlar üzerinde derin bir etkisi vardır. Sonsuz tekrar (çeşitlemelerle birlikte) bu etkiyi artırır. Hangi gazetelerin, televizyonların ve diğer medya yayınlarının gözlemlenmesi de bu ifadeyi doğrulamaktadır.

. Düşüncelerin çoğu zaman kendilerine özgü ayırt edici bir karakterleri vardır.

Bu nedenle neredeyse canlı gibi görünüyorlar (yoksa öyle mi?). Düşünceler nedir peki? Bununla ilgili daha fazla bilgiyi e-kitabımın ikinci bölümünde bulabilirsiniz.

Düşünce, eylem, alışkanlıklar

Soru: Yeni bir alışkanlık nasıl edinilir?

Bu soru ilk etapta alışkanlıkların nasıl oluştuğunu düşünmeye sevk ediyor.

Alışkanlıklar belirli türden tekrarlanan eylemlerden sonra oluşur.

Diyelim ki yürümek gibi daha fazla fiziksel egzersiz yapmak istiyorsunuz.

Bunu yakındaki bir mağazaya gideceğiniz an ile ilişkilendirmek oldukça kolay olabilir. Örneğin arabaya binmek yerine markete yürüyerek alışveriş yapabilirsiniz. Bazı egzersizleri yapmak için doğal bir an, kişinin sabah yataktan kalktığı veya öğle yemeğinden sonra yürüyüşe çıktığı zamandır.

Bu eylemi birkaç kez tekrarladığınızda alışkanlık haline gelir. Aynı şey otobüs beklerken de geçerlidir: Bir sonraki otobüs durağına yürüyebilir ve gerekli fiziksel egzersizleri yapabilirsiniz.

Geçenlerde Dr. Chatterjee'nin (bkz. Youtube) "kötü alışkanlıklarınızı düzeltmek için altı adım" konulu ücretsiz bir kitapçığını okudum; bu kitapçık, olumlu kendi kendine konuşmayı ve alışkanlıkların iyileştirilmesine yönelik her küçük adımı kutlamayı içerir. Bu prosedür hoşuma gitti.

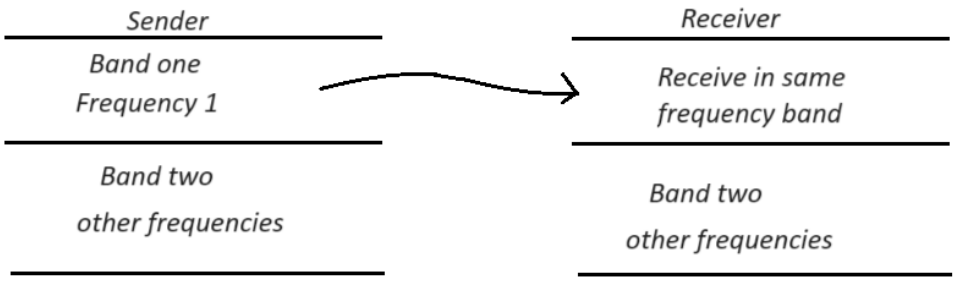
Yeni alışkanlıkları eski alışkanlıklarla birleştirmenin kendi yolunu düşünebiliyor musun?

Düşünme süreci:

düşünce gönderme ve alma

İnsanlar arasındaki iletişimi şöyle düşünebiliriz:

Gönderen kişi bir düşünceye sahiptir, konuşur ve alıcıya bir mesaj iletir. Alıcı, içeriği, **enerjisi**, belirli bir tonu vb. olan bu mesajın kodunu çözmek veya yorumlamak zorundadır.



Şimdi, bu frekans ve bant genişliği fikri bazı çok ilginç sorulara yol açıyor.

Düşünceler niyet, duygu ve anlam yüklü enerji paketleri gibiyse:

. Başkalarına hangi ruh haliyle yaklaşırız?

. Niyetlerimizin ve duygularımızın başkaları üzerindeki etkisi nedir?

. Topluma yapıcı bir şekilde katkıda bulunuyor muyuz?

. Zihin ve düşüncelerle bağlantılı bir tür enerji alanı var mı?

. Düşüncelerimiz her zaman kendi düşüncelerimiz midir, yoksa başkalarından düşünceleri alıp yeniden mi aktarıyoruz?

Ve son ama en az değil:

. Düşünceler sonuçlardan bağımsız mıdır?

Gördüğünüz gibi burada birçok soru var. Bunların çoğu ücretsiz e-kitabımın ikinci bölümünde tartışılıyor.

Burada söyleyeceğim şey, **erdemlerin** önemli olduğudur. Bu bizi Stoacılıktan bazı fikirlere götürüyor.

Stoacılık

İmparator-filozof Marcus Aurelius 'Meditasyonlar'ında şöyle diyor:

"Hayatınız, düşüncelerinizin ondan çıkardığı şeydir".

(alıntılar en son e-kitabımdandır ve biraz düzenlenebilir)

"Bu gerçek, her bilinçli eylemin arkasında ona karşılık gelen bir düşüncenin olduğu *ve tekrarlanan bir eylemin alışkanlığa dönüştüğü gerçeğine dayanmaktadır."*

"Alışkanlıklar karakterimizi yani yaşam biçimimizi oluşturur. Kendi düşünce yaşamımızın eleştirel bir araştırması, bu gerçeklerin anlaşılmasını sağlayacaktır. Buradan, düşünme

alışkanlıklarımızı değiştirmenin karakterimizde değişikliklere yol açacağı sonucu çıkıyor!”

Elbette düşünme alışkanlıklarımızı değiştirme fikrini uygulamamız gerekecek.

Stoacılığa göre zihnin iyi nitelikleri şunlardır:

Bilgelik, Cesaret, Ölçülülük ve Adalet

Daily Stoic'ten bir alıntı:

“Bilgelik, felsefenin öğrettiklerinden yararlanmak ve sonra onu gerçek dünyada kullanmaktır. Seneca'nın belirttiği gibi, "Kelimeler değil, işe yarar."

Düşünce modelini değiştirmek

Yukarıdaki paragrafları dikkate aldığımızda bazı düşünme alışkanlıklarımızı değiştirmek için nasıl ilerlemeliyiz?

"Değişimin yönü kişisel olmayan, özverili düşüncelere doğru olmalıdır [şimdi burada bir değişiklik için bir fikir var!].

Tarihte kendini unutan, herkesin yararına çalışan, dogmatizme, grup çıkarlarına ve adaletsizliğe karşı mücadele eden, harika sanat eserleri yaratan vb. kadın ve erkeklerin harika örnekleri vardır.

Bunlar medeniyetlerin gerçek kurucularıydı! Bunlar bizim örneklerimiz olabilir."

Aslında, bunu biraz daha açık hale getirmek için, dikkatimizi insanın hayal gücü ve yüksek arzular olarak adlandırılan küçümsenen yönlerine çevirmeliyiz.

Ama önce olumsuz düşüncelerle nasıl başa çıkılacağına dair bir not. Bunlarla mücadele edilmemeli, zihinde gerçekte ne beliriyorsa kabul edilerek deneyimlenmelidir. Bu düşüncelerle

savaşmak onları yalnızca besler, güçlendirir. Bu düşünceleri gözlemleyin ve olumsuz düşünceyi etkisiz hale getirecek karşıt bir düşünce üretip üretemeyeceğinizi görün. Kendinizi zihinsel olarak olumsuzluğunuzun yönlendirildiği diğer kişilerin yerine koymaya çalışın. Başkaları ve kendiniz için empatinizi geliştirin.

Bu, oldukça sağlıklı insanlar için iyi çalışmalıdır.

Diğerleri çözülmemiş sorunları çözmek için bir tür terapiye ihtiyaç duyabilir.

Not: Yukarıdakiler kişisel önyargılar için geçerlidir, mevcut politik-finansal-ekonomik sistemimizin birçok tuhaflığına karşı haklı bir öfke için değil. Bu tür bir öfke, değişiklikleri etkilemek için yapıcı bir şekilde kullanılabilir.

Hayal gücünün ve yüce arzuların kullanımı

Kitabımdan (ikinci bölüm): "Düşünme biçiminizi değiştirmek için yapmanız gereken tek şey, içinizdeki yaratıcı güçleri kullanmaktır. Teknik basit: *nasıl bir imaj yaratarak hayal gücünüzün gücünü kullanın sen olmak istiyorsun*! "

“Teknik şu: Nasıl olmak istediğine dair kendi imajını oluşturman ve bu imajı mükemmelleştirmen gerekecek. Bu ideal resim, yaşam anlayışınızın gelişmesiyle orantılı olarak büyüyecek ve gelişecektir. Eski düşünce ve davranış biçimlerinizde nüksetmeler yaşayacağınız için, hiç şüphe yok ki, zorluklarla karşılaşacaksınız. Bu, düşünme alışkanlıklarınızı değiştirmede ısrarcı olmanız ve düşüncelerinizin kalitesini daha uyumlu bir doğaya doğru değiştirmeniz için bir teşvik olmalıdır."

Buradaki fikir, kendinizin daha derin katmanlarını tanımaktır. Dünyayla bağlantınızı hissedin! Yetenekleriniz ve istekleriniz neler? Daha sağlıklı bir dünyaya katkıda bulunmak için hangilerini kullanabilirsiniz? Katkınızın ne olabileceğine dair bazı

fikirler edineceksiniz. Hiç çaba harcamadan bunların aklınızın bir köşesinde yer almasına izin verin. Yavaş yavaş bir resim ortaya çıkacak.

Dolayısıyla bu resim ortaya çıktığında harika düşünmekten korkmayın.

Bir sonraki aşama bu resmin/fikrin kademeli olarak somutlaştırılması olacaktır. Bu prosedürü açıklığa kavuşturmak için bazı örnekler vereceğim.

Örnek: Dünya barışına katkıda bulunmak istiyorsunuz.

Bu büyük bir şey. Böyle bir şeyin daha küçük parçalara bölünmesi gerekir.

Birincisi: Bir barış projesinin başlangıcını hayal ediyoruz. Peki bu ne olabilir?

Şunlar düşünülebilir:

-bu yönde çalışan kuruluşlar

-eğitim, çalıştaylar, bağış toplama vb.

-ders vermek veya bunu yapacak başkalarını bulmak

-Halihazırda proje olarak mevcut olanlarla ilgili araştırma yapmak (bilgi toplamak, başkalarıyla ağ kurmak)

Bu, kurslar için materyaller geliştirmek, öğretmenleri eğitmek, okullara bu materyalleri derslere dahil etmek için yaklaşmak gibi somut ve uygulanabilir adımlarla daha da detaylandırılabilir. Ve benzeri.

Bu yöntem, kişinin sahip olduğu hemen hemen her büyük fikir için kullanılabilir.

Diğer bazı fikirler:

-Doğanın korunmasına katkıda bulunmak

-Bir eko-felsefe geliştirmek

-Bu dünyadaki para sistemini değiştirmek (örneğin, yerel paranın, belki de kripto para birimlerinin tanıtılması)

Liste sonsuz!
Özellikle hoşuma giden bir girişim şu: Society 4.0

Tanılama

"Biri kişinin kendini tanımladığı şeydir. Kendinizi hayatın arka planını anlayabilen, pratik hayatta yüksek idealleri gerçekleştirebilen bir erkek veya kadın olarak düşünün."

“İnsan genel olarak insanlığın refahını amaçlayan yüksek bir ideal üzerinde yoğunlaşırsa, düşüncelerin gücünden hiçbir tehlike olmadan faydalanılabilir. İnsan kardeşliği ideali iyi bilinen bir örnektir. Rekabet ve mücadele yerine işbirliği. Bu ideali ayrıntılı olarak düşünün ve düşüncenizdeki bununla çelişen tüm unsurları, bunların yerine olumlu yapı taşlarını (düşünceleri) koyarak ortadan kaldırın. Bu, basit kişisel gelişim metinlerinin ötesine geçer.

Fikirleri daha küçük adımlara ayırma konusunda yukarıda ayrıntılarıyla anlattığım prosedürü hatırlayın.

“Bu düşünceler pek çok zihne dokunacak ve dünyanın değişen koşullarına itici güç oluşturacaktır. Bunu başarmak için ısrarcı ve amaçlı düşünmek gerekir. Özveri ve kendini unutma uygulamasıyla kişi aynı zamanda başkalarının kendilerine yardım etmelerine yardımcı olmanın etkili yollarını da görecektir. Pek çok insan, ancak yeterli değil, bu tür şeyleri zaten uzun süredir yapıyor. Onlara katılmak ister misin?”

Hangi taahhüdü yerine getirmek istiyorsunuz?

"Aşkınlığı Yeniden Keşfetmek" kitabımdan alınan alıştırmaların bir özeti

Bu kitapçıkta anlattığım teknikler ve uygulamalar, kendilerini içinde buldukları durum ve tarihin bu dönemindeki küresel durum hakkında daha net bir resim elde etmek isteyenlere biraz yardımcı olacaktır. Bu, hali hazırda çok sayıda mevcut olan, çabuk zengin olma ve mutlu olma planı değil. Her şeyin etrafında döndüğü merkez küçük benlik ya da ego-kişilik değil, önemli olan onun içine gömülü olduğu daha büyük dünyadır. Empati, dünyamızda şiddetle ihtiyaç duyulan niteliktir.

Alıştırma: Çoklu bakış açıları almak

Bu bakımdan çok yararlı olabilecek bir alıştırma, *birden çok perspektiften bakmayı denemektir:* durumları birden çok açıdan veya perspektiften görmeyi öğrenin. Bu, kişinin bağlam duyarlılığını genişletecek ve diğer kişilerin fikir ve davranışlarını daha iyi anlamayı sağlayacaktır. Eğer kişi kendini, sizinkinin zıttı olan bir başkasının yerine koyabilirse, o zaman çok şey öğrenebilir. Böyle bir karşıt görüşü savunmak için, böyle bir görüşü destekleyecek argümanlar dikkate alınarak da pratik yapılabilir. Önemli olan incelikli düşünmeyi kazanmaktır.

Egzersiz yapmak

Olumsuz düşünceleri etkisiz hale getirmek için basit bir teknik

“Artık karakter hatalarımızla mücadele etmeye çalışırsak hiçbir başarı elde edemeyiz.”

"Neden? Çünkü canlı varlıklar olan düşüncelerimizi savaşarak besleriz. Böylece açlıktan ölmek yerine güçlenecekler. Savaşmak yerine istenmeyen düşünceleri unutup ölmelerine izin vermeliyiz. Bunun için bu düşüncelerin farkına varmamız ve sadece karşıt, olumlu bir düşünceyi düşünerek onlara olumlu bir dürtü vermemiz gerekiyor.

Bu olumlu düşünceye göre düşünerek ve hareket ederek, olumsuz düşüncenin etkilerini ağır basarız, dengeleriz. Bu uygulamayı ısrarla sürdürerek düşüncelerin niteliğini değiştirebilir ve aynı zamanda düşünme yetimizin daha fedakar, ruhsal, pozitif vb. frekanslarda çalışmasını sağlayabiliriz.

Biraz pratik yaptıktan sonra artık bu olumsuz düşünceleri almayacağız (bunları fark edebilir veya gözlemleyebiliriz ancak bizi üzmelerine izin vermeyiz). Burada oldukça sağlıklı insanlara hitap ediyorum. Diğerleri ise bütünleşmeyi ve hayata olumlu yönelimi sağlamak için psikoterapiye ihtiyaç duyabilir.”

Not: Yukarıdakiler kişisel önyargılar için geçerlidir, dünya çapında birçok insanı mahveden mevcut politik-finansal-ekonomik sistemimizin tuhaflıklarına yönelik haklı bir öfke için değil. Bu öfke, sistemi aşağıdan yukarıya doğru değiştirmeye yardımcı olacak motive edici bir güç olarak kullanılabilir.

Alıştırma: Bilinç akışını gözlemlemek

“Enerjik varlıklar olarak düşüncelerin doğasını araştırmak için, kişinin kendini düşüncelerin yaratıcısı olmaktan çok düşüncelerin tanığı olarak görmesi tavsiye edilir. Kendinizi tezahürün temelinde yatan Tek Yaşam-Enerji alanının bir parçası olarak düşünün. Bu, düşüncelere tanıklık etme durumuna girmeyi kolaylaştıracak.”

“Düşüncelerinizin doğal olarak hangi 'yolda' aktığını tanımayı öğrenmek için iyi bir egzersiz, uykuya dalmadan önceki anlarda düşünce akışınızı gözlemlemektir. Sadece tanık olarak gözlemleyin (bu alıştırmada). Bu düşüncelerin niteliğini ve karakterini tanımayı ve düşünmenin çeşitli yönlerini tanımayı öğrenebilirsiniz.

Bu, kendinizi daha iyi anlamanıza yardımcı olacaktır.

Bu egzersizi günün sessiz bir anında da yapabilirsiniz. Eğer gördükleriniz hoşunuza gitmiyorsa, düşünce kalıbınızı değiştirmek için bu kitapçığın ilk bölümündeki yöntemleri uygulayabilirsiniz.”

Pisagor egzersizi

“Bazen Pisagor'a atfedilen yararlı bir alıştırma, yatağa gittiğinizde geriye dönüp günün olaylarını değerlendirmektir. Kendinize şunu sorun: "Bu gün ne yaptım?", "Yapmayı planladığım gibi yaptım mı?", "Bu günden ne öğrendim?", "Hangi şeyleri daha iyi yapabilirim?", "Canımı acıttı mı?" birisi" (Öyleyse, "Bunu nasıl düzeltebilirim?"), vb. Bu, dünya meseleleriyle başa çıkmak için çok faydalıdır ve derin uykudan daha fazla yararlanmanıza yardımcı olacaktır, çünkü zaten bazı stres ve gerginlikleri 'işlemişsinizdir'. gün. Elbette bu egzersiz samimi bir tutumla yapılmalıdır.”

Egzersiz yapmak:

Düşünme kalıbının değiştirilmesi (düşünme alışkanlıkları)

Düşünce akışını kontrol etmek

“Kişinin düşünce yaşamı üzerinde kontrol sahibi olmasının gerekliliğinin nedeni artık açıklığa kavuşmuştur: Kişinin aklına giren düşünceleri kontrol ederek bu dünya üzerinde güçlü, olumlu, uyumlu bir etki yaratabilir ve aynı zamanda sürüklenmekten kaçınabilir. Zararlı arzulardan uzak.”

“Teknik şu: Nasıl olmak istediğine dair kendi imajını oluşturman ve bu imajı mükemmelleştirmen gerekecek. Bu ideal resim, yaşam anlayışınızın gelişmesiyle orantılı olarak büyüyecek ve gelişecektir. Eski düşünce ve davranış biçimlerinizde nüksetmeler yaşayacağınız için, hiç şüphe yok ki, zorluklarla karşılaşacaksınız. Bu, düşünme alışkanlıklarınızı değiştirme konusunda ısrarcı olmanız için bir teşvik olmalıdır."

“Zihnimizi genel olarak insanlığın refahını amaçlayan yüksek bir ideal üzerinde, örneğin insan kardeşliği ideali üzerinde yoğunlaştırırsak, düşüncelerin gücünü hiçbir tehlike olmadan kullanabiliriz. Bu ideali ayrıntılı olarak düşünün ve düşüncenizdeki bununla çelişen tüm unsurları, bunların yerine olumlu yapı taşlarını (düşünceleri) koyarak ortadan kaldırın.

“Bu düşünceler pek çok zihne dokunacak ve dünyanın değişen koşullarına itici güç oluşturacaktır. Bunu başarmak için ısrarcı ve amaçlı düşünmek gerekir. Özveri ve kendini unutma uygulamasıyla kişi aynı zamanda başkalarının kendilerine yardım etmelerine yardımcı olmanın etkili yollarını da görecektir. Pek çok insan, ancak yeterli değil, bu tür şeyleri zaten uzun süredir yapıyor. Onlara katılmak ister misin?”

Bu kitapçığın hayal gücünün ve yüce arzuların kullanımına ilişkin kısmını yeniden okumak yararlı olabilir.

Ayrıca, e-kitabımın altıncı bölümünün (Roberto Assagioli'nin psikosentezi ve irade eylemi üzerine) incelenmesi, bu alıştırmaya nasıl devam edileceğine dair daha fazla ipucu elde etmek için yararlı olabilir. Grup halinde çalışmak gerekli olabilir.

Bonus egzersizi

Başkalarına kendinize olduğu gibi özgürlük verin

Bu reçete Vitvan'dan geliyor

Buradaki fikir, kişinin kendi fikirlerini başka bir kişiye empoze etmemesi gerektiğidir. Bu kişinin hayatla nasıl başa çıkılacağı konusunda pekâlâ başka fikirleri olabilir.

Bir kişinin doğal haklarına tecavüz etmediği, suça bulaşmadığı veya başkalarına zarar veren kötü faaliyetlerde bulunmadığı sürece, kimseyi kendisi gibi düşünmeye zorlamaya gerek görmüyorum. İşbirliği yapılabilecek başka kişiler de olacaktır. Bu elbette kişinin iddialı olamayacağı anlamına gelmiyor.

Diğer referanslar

Ücretsiz e-kitabım

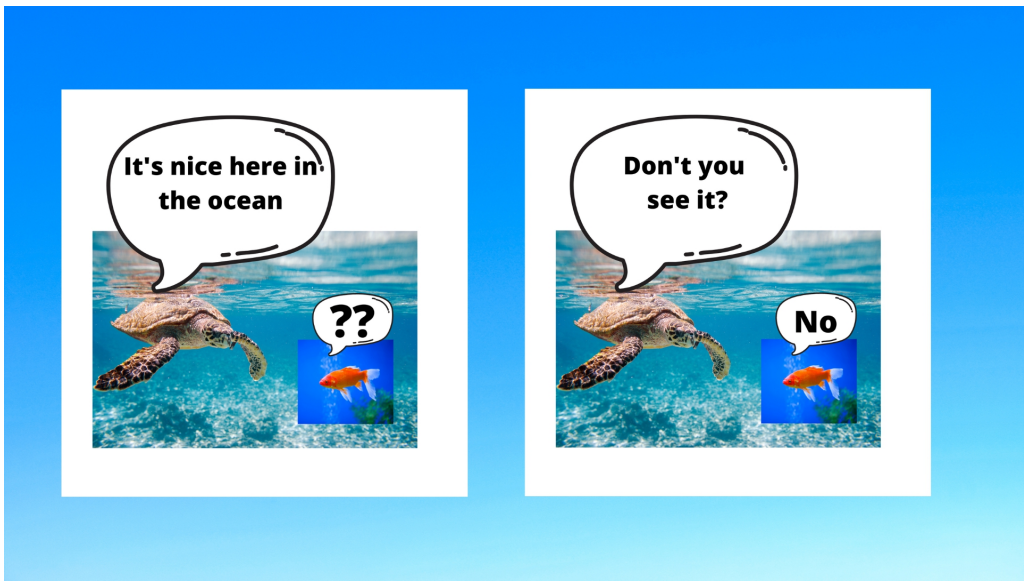
Bu bir çalışma kitabıdır. Bu kitapta çeşitli bilgelik geleneklerinden pek çok önemli fikri özetledim. Diğer çalışma materyallerine, kitaplara ve Youtube videolarına çok sayıda referans verilmektedir.

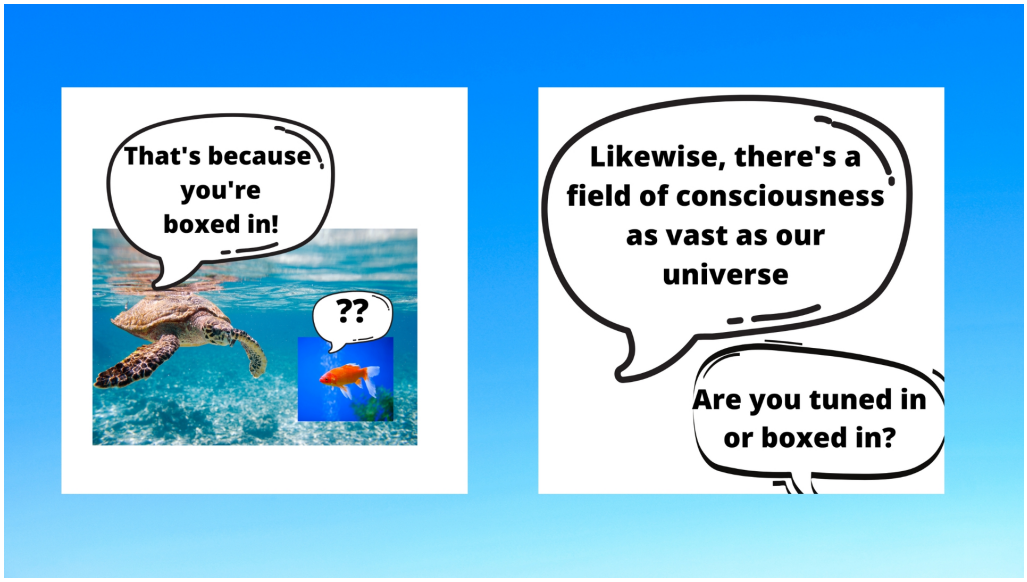
Birinci bölümdeki psiko-sibernetik ile ilgili bölüm oldukça okunabilir ve ikinci bölümle iyi bir bağlantı kuruyor. Bu bölüm zihnin birçok yönünü, kişinin dikkatini düşünce spektrumundaki diğer frekanslara nasıl yönlendireceğini ve çok daha fazlasını ele alıyor.

Çalışma Grubu

Kitabımdaki temalar hakkında başkalarıyla biraz diyalog (tartışma veya tartışma yok) isteyenler için benim tarafımdan yepyeni bir Facebook grubu oluşturuldu. Konu iki yönlüdür: kişisel dönüşüm ve toplumsal dönüşüm. Bu sayfayı ziyaret ederek üye olabilir (veya sadece ilanlara göz atabilirsiniz).
(https://www.facebook.com/groups/848905856521311)

Bu kitapçık: 29 Kasım 2023
Yazar: Martin Euser





Cartoon from my Youtube channel